



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch  
Bödefeld / 11.05.2013

evaluación detallada

Holtsträter, Ingo

Asociación: TuS Uentrop  
Dorsal: 2442

recorrido: 21.00 km  
21 km Lauf

categoría:  
Senioren M45

tiempo total: 2:01:01

velocidad: 10.41 km/h  
rendimiento en carrera: 5:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 16 (de 63)  
posición en el recorrido/Men: 15 (de 47)  
mejor tiempo del recorrido: 1:32:40

posición en la categoría: 3(de 12)  
mejor tiempo en la categoría: 1:52:54